

हनुमान प्रत्यक्ष साधना



साधना रहस्य



अरविन्द प्रकाशन

डा० श्रीमाली मार्ग, हाईकोर्ट कोलोनी,
जोधपुर-३४२००१ (राजस्थान)



मूल्य ५० पैसे

प्रवेश

परमवीर हनुमान युद्ध शौर्य, वीरता, पराक्रम और चरित्र के द्योतक देव पुरुष है, जिनकी साधना-आराधना लोक कल्याण, आत्म कल्याण और समस्त उपद्रवों पर विजय प्राप्त करने में पूर्णतया सहायक है।

हमारा जीवन चाहते हुए और न चाहते हुए कई प्रकार की समस्याओं, परेशानियों, बाधाओं और संकटों से घिरा रहता है, अचानक विपत्ति के आ जाने से भी मानव का विचलित होना स्वाभाविक है, और ऐसी परिस्थिति में कुछ भी दिखाई नहीं देता कि इस प्रकार की बाधाओं पर किस प्रकार से विजय प्राप्त की जाय।

किसी भी प्रकार के संकट और समस्याओं पर विजय प्राप्त करने का एक मात्र साधन हनुमान साधना ही है, जिसके द्वारा व्यक्ति समस्त प्रकार की अड़चनों और कठिनाइयों से मुक्त होकर पूर्ण विजय प्राप्त करता है।

शास्त्रों में बत्तीस प्रकार की बाधाओं और समस्याओं पर विजय प्राप्त करने के लिए हनुमान-उपासना श्रेष्ठतम मानी गई है।

१. वादविवाद में विजय प्राप्त करना, २. शत्रुओं पर सफलता प्राप्त करना, ३. मुकदमें में अपने पक्ष में निर्णय प्राप्त करने के लिए, ४. शत्रु को परास्त करने के लिए, ५. पारस्परिक वैमन

स्य, विरोध और असंगति को दूर करने के लिए, ६. गृहस्थ जीवन में मतभेद और वादविवाद दूर करने के लिए, ७. शरीर स्थित रोगों पर विजय प्राप्त करने के लिए, ८. अकाल मृत्यु टालने के लिए, ९. शारीरिक बीमारियों को दूर करने के लिए, १०. आकस्मिक विपत्ति को परे हटाने के लिए, ११. जेल से छुटकारा पाने के लिए, १२. शत्रु भय को समाप्त करने के लिए, १३. पूर्ण स्वस्थ और बलवान शरीर प्राप्त करने के लिए, १४. किसी भी प्रतियोगिता में पूर्ण सफलता और विजय प्राप्त करने के लिए, १५. शारीरिक तथा मानसिक बल एवं सच्चरित्रता प्राप्त करने के लिए, १६. चरित्रवान बनने के लिए, १७. भूत-प्रेत पिशाच आदि को भगाने के लिए, १८. घर के किसी भी दोष को दूर करने के लिए, १९. पुत्र प्राप्ति के लिए, २०. भगवान महावीर के दर्शन करने के लिए, २१. राम कृपा प्राप्त करने के लिए, २२. किसी भी प्रकार की समस्याओं से जूझने में बल प्राप्त करने के लिए, २३. जीवन के चारों पुरुषार्थों की प्राप्ति के लिए, २४. मानसिक शांति के लिए, २५. ज्ञान प्राप्ति के लिए, २६. नपुंसकता दूर करने के लिए, २७. अकाल मृत्यु टालने के लिए, २८. निर्भयता प्राप्त करने के लिए, २९. आर्थिक सम्पन्नता, आकस्मिक धन प्राप्ति के आदि के लिए, ३०. पूर्ण पराक्रम प्राप्त करने के लिए, ३१. मृत्यु भय दूर करने के लिए, ३२. आकर्षक और प्रभाव पूर्ण वाक्तित्व के लिए।

इसके अलावा जीवन के समस्त कार्यों की सिद्धि, पूर्णता, दिव्यता, श्रेष्ठता और पवित्रता प्राप्त करने के लिए हनुमान साधना सर्वश्रेष्ठ मानी गई है।

इस साधना के लिए साधक को ब्रह्मचर्य व्रत का पालन करना

चाहिये और अपने आप में पूर्णता प्राप्ति के लिए भावना रखनी चाहिए, यह साधना बालक, युवा और वृद्ध कोई भी कर सकता है, स्त्रियों के लिए भी हनुमान साधना उपयोगी मानी गई है, और वे पूर्ण निष्ठापूर्वक साधना सम्पन्न कर इस साधना में सफलता प्राप्त कर सकती हैं, परन्तु भूल करके भी रजस्वला समय में हनुमान साधना या हनुमान पूजन आदि न करें।

इस साधना को सम्पन्न करते समय साधक को चाहिये कि वह शारीरिक स्वच्छता के साथ साथ वस्त्रों की पवित्रता बनाये रखे, जो भी वस्त्र धारण किये जाय वे स्वच्छ हों तथा अपवित्र न हों, साधनाकाल में लघु शंका विसर्जन के बाद पुनः हाथ-पैर धोकर बैठे, यदि साधक दीर्घ शंका निवृत्त हुआ हो तो उसे चाहिए कि वह पुनः स्नान कर साधना में भाग ले।

चरित्र

श्री हनुमान मर्यादा पुरुषोत्तम श्री रामचन्द्र जी के परम प्रिय पात्र हैं, और उनके आशीर्वाद से ही अजर अमर हैं, भक्तों के प्राण और साधकों के आधार हैं, उनकी कृपा से ही इस कलिकाल में सन्त शिरोमणि तुलसीदास जी महाराज को चित्रकूट में राम-लक्ष्मण के साक्षात् दर्शनों का सौभाग्य प्राप्त हुआ था, श्री हनुमान जी भगवान् शंकर के ग्यारहवें रुद्र के अवतार हैं, और उन्हीं के समान जन कल्याण में रत हैं, यद्यपि यह साधना कठिन होती है, फिर भी यह अमोघ फलदायी है, और इसकी साधना से जीवन के समस्त कार्यों की पूर्ति हो जाती है।

साधना विधि

सर्व प्रथम साधक को चाहिए कि वह प्रातःकाल उठकर

शीघ्र सन्ध्या आदि से निवृत्त होकर अपने पूज्य गुरुदेव का ध्यान करे और भक्ति भाव से प्रणाम करे।

अखण्ड मंडलाकारं व्याप्तं येन चराचरं । तत्पदं दर्शितं ये न तस्मै श्री गुरुवे नमः ।

ध्यान मूलं गुरो मूर्ति पूजा मूलं गुरुर्पदं । मन्त्र मूलं गुरो वाक्यं मोक्ष मूलं गुरु कृपा ।

इसके बाद करन्यास हृदय न्यास किया जाना आवश्यक है, क्योंकि करन्यास से वायु पुत्र प्रतिष्ठित होते हैं, और हृदयादि-न्यास से वे साधक के शरीर में समाहित होकर अपने ही समान बल ऊर्जा और पौरुष प्रदान करते हैं।

कर न्यास

ॐ हूं अंजनीसुताय अनुष्ठाभ्यां नमः ।

ॐ हों रुद्र मूर्तये तर्जनीभ्यां नमः ।

ॐ हौं रामदूताय मध्यमाभ्यां नमः ।

ॐ ह्रीं वायुपुत्राय अनामिकाभ्यां नमः ।

ॐ हों अग्नि गर्भाय कनिष्ठिकाभ्यां नमः ।

ॐ हः ब्रह्मास्त्र निवारणाय करतल कर पृष्ठाभ्यां नमः ।

हृदयादिन्यास

ॐ ऐं ह्रीं हनुमते रामदूताय हृदयाय नमः

ॐ लंका विध्वसनाय-शिरसे स्वाहा

ॐ अंजनी गर्भ सुताय-शिखायै वषट

ॐ शाकिनी डाकिनी विध्वंसनाय कवचाय हुं ।
ॐ किल किल बुभुक्कारेण विभिक्षणायै हनुमत देवोय नेत्र
त्रयाय वौषट् ।

ॐ ह्रीं श्रीं ह्रीं हां फट् स्वाहा अस्त्राय फट् ।

इस प्रकार करन्यास और अंगन्यास करने के बाद अपने हृदय
में भगवान हनुमान का ध्यान करे ।

ध्यान

मनोजवं भारुत तुल्यवेगं जितेन्द्रियं बुधिमतां वरिष्ठम् ।

वातात्मजं वानरयूथमुख्यं श्रीरामदूतं शरणं प्रपद्ये ॥ १ ॥

अतुलितबलधामं हेमशैलाभदेहं वनुजवनं कृशानुं ज्ञानिनामग्रगण्यम्
सकलगुणनिधानं ज्ञानराणामधीशं ।

रघुपतिवरदूतं वातजातं नमामि ॥ २ ॥

अंजनि गर्भं सम्भूतो वायुपुत्रौ महाबलः ।

कुमारी ब्रह्मचारी च हनुमान मे प्रतिष्ठिताम् ॥ ३ ॥

उल्लंघ्य सिन्धो सलिलं सलोलम् यः शोकं वान्हि जनकात्मजाय ।

आदात तेनैव ददाह लंकां नमामि तं प्रान्जलिरान्जनेयम् ॥ ४ ॥

अंजनेयमतिपाट ल्यातनं कांचनादि कमनीय विग्रहम् ।

पारिजात तरुमूल वासिनं भवयामि पवमानं नंदनम् ॥ ५ ॥

इसके बाद हनुमान जी का अत्यंत प्रिय और महत्वपूर्ण महा-
मंत्र का मंत्र जप प्रारम्भ करना चाहिए, यह बारह अक्षरों वाला
मंत्र सही अर्थों में मंत्रराज कहलाता है, इसके ऋषि श्री रामचंद्र
हैं, और छंद जगति बतलाया गया है, देवता श्री हनुमान जी है
इसका बीज हसौं और शक्ति हस्फे है ।

मूल मन्त्र

हौं हस्फे हस्फे हस्त्रौ हस्फे ह्सौं हनुमते नमः ।

हनुमान साधना से संबंधित विशेष तथ्य

१- हनुमान साधना अत्यंत कठिन मानी गई है, इसका
कारण यह है, कि इस साधना को करते समय साधक को अत्यंत
ही सावधानी और पवित्रता बनाये रखनी आवश्यक होती है,
अतः यथासम्भव साधक मन, वचन और कर्म से पवित्र तथा दिव्य
बना रहे ।

२- बिना स्नान किये साधना में नहीं बैठना चाहिए, शुभ
और पवित्र वस्त्र धारण करने पर चल सकता है, परंतु लाल वस्त्र
ज्यादा महत्वपूर्ण और शीघ्र फलदायक है, इसलिए हनुमान
साधना में लाल धोती ही पहननी चाहिए और दूसरी लाल धोती
ओढ़ लेनी चाहिए ।

४- साधनाकाल में पूर्णतः ब्रह्मचर्य व्रत पालन करना आव-
श्यक है, साधना के मध्य में न तो किसी से सम्पर्क स्थापित करे
और न उससे बातचीत ही करे, यथासम्भव पूरे साधनाकाल में
मौन व्रत धारण किये रहे तो ज्यादा उचित रहेगा ।

५- साधना काल में एक समय सात्विक आहार स्वीकार
करना चाहिए, इसके अलावा मद्य, मांस आदि सर्वथा वर्जित है ।

६- साधना करते समय यह आवश्यक नहीं है, कि किसी
प्रकार का तिलक लगाया जाय, परन्तु यदि ललाट पर तिलक
लगाना ही हो तो तिलक लगाना चाहिए ।

७- हनुमान साधना में मूंगे की माला का ही प्रयोग किया जाना शास्त्र सम्मत है, यदि किसी प्रकार की अड़चन हो तो कर माला या अन्य किसी भी माला का प्रयोग किया जा सकता है, परंतु जहां तक सम्भव हो सके मूंगे की माला का ही प्रयोग किया जाना चाहिये ।

८- साधना करते समय हृदय में भगवान हनुमान को बराबर स्थापित किये रहना चाहिये और प्रत्येक क्षण ऐसा अनुभव करना चाहिये जैसे हनुमान शरीर में स्थापित हैं, और उनके ही बल से साधना सम्पन्न हो रही है,

९- साधना के बीच में उठना या इधर उधर जाना बातचीत करना या मल-मूत्र विसर्जित करना वर्जित है, यदि ऐसा आवश्यक हो ही गया हो तो पुनः हाथ पैर धोकर आसन पर बैठना चाहिये ।

१०- मंत्र को मन ही मन नहीं जप कर बहुत मामूली से उच्चारण के साथ मंत्र जप करना चाहिए, पर यह उच्चारण अत्यन्त धीमा हो, विधान यह है, कि आप जो मंत्र जप करे वह केवल आपको ही सुनाई दे पास बैठे व्यक्ति को सुनाई नहीं देना चाहिये ।

११- साधनाकाल में विचित्र अनुभूतियां हो सकती है, और भगवान महावीर हनुमान के प्रत्यक्ष दर्शन भी संभव है, अतः ऐसी परिस्थिति आ जाय तो विचलित होने की जरूरत नहीं है, अपितु शांत चित्त से भगवान के दर्शन कर अपने आपको धन्य करना चाहिए ।

वस्तुतः कलिकाल में बजरंगबली की साधना अत्यन्त ही महत्वपूर्ण और श्रेष्ठ मानी गई है, जो इस साधना को सम्पन्न कर लेता है, वह पूरे संसार में विजयी होकर सफलतापूर्वक जीवन व्यतीत करता है ।

